

광주동부교육청, 학교로 찾아가는 교원 '마음돌봄 프로그램'

초·중·고등학교 50개교 491명 대상, 건국초 등 참여해 '마음 조향' '마음 뽀드득' '마음껏 예뻐지기' 등 체험 마련

광주동부교육지원청은 22일 관내 초·중·고등학교 50개교 491명 대상으로 2023학년도 상반기 '학교로 찾아가는 교원 마음돌봄 프로그램'을 시작한다.

22일 동부교육지원청에 따르면 올해까지 4년째 실시하는 마음돌봄 프로그램은 교원의 심리·정서적 안정과 심리적 소진 예방을 위한 시간으로 자리매김해왔다. 올해 프로그램도 교원의 교직 스트레스 해소를 위해 마련됐다. 또 동료 교원과 함께 체험하며 친밀

감을 쌓는 시간도 가져 상호 존중하는 학교 공동체 문화를 형성하고자 한다.

프로그램은 ▲마음 조향 향수 키트 ▲마음 뽀드득 허브 배스 밭 임욕제 ▲마음껏 예뻐지기 새싹 인삼 에센스 ▲달콤 바삭 삼색 쌀강정 ▲마음의 평화 도자기 점시 페인팅 ▲마음 밭 행복씨 가드닝 아트 나이프화 ▲행운의 열쇠 가족키링 ▲마음 엮기 라탄 2단 트레이 ▲마음 힐링 그린 테라피 다육 아트 ▲나무에 나를 무조건 사랑하기 티크 도마 등

의 체험으로 구성됐다. 이와 같은 다양한 체험 중 교사는 자신의 마음에 드는 프로그램을 선택할 수 있다.

한 교사는 "동료 교원들과 함께 할 새 없이 학교의 시간은 흘러가곤 한다. 그런데 이번 프로그램 참여를 통해 더 가까워지고 많이 웃을 수 있었다"며 "교직 스트레스와 소진 예방을 위한 기회를 가질 수 있어 감사하다"고 말했다.

광주동부교육지원청 정성숙 교육장은 "교원의 건강은 안정적인 교육활동 수행에 바탕이 되는 필수 요건이다"며 "동부교육지원청은 교원의 신체적·심리적·정서적 건강 유지를 통한 건강한 교육문화 조성을 위해 꾸준히 지원하겠다"고 밝혔다.

오유나기자



광양 광영고, 호기심UP 진로과학특강 실시



광영고등학교 이공계 희망 학생들을 대상으로 생명과학 및 의생명 분야에 관한 전문 정보 전달 및 세부 전공 분야를 안내하는 '호기심 UP 진로특강'을 실시하였다.

61명의 학생이 참여한 박애슬 박사의 '면역학의 세계'를 주제로 한 강연에서는 기관계의

상호작용에 따른 우리 몸의 순환 과정을 기반으로 우리 몸의 면역 체계 등에 관한 강연이 이루어졌고,

35명의 학생이 참여한 강애슬 박사의 '우리들의 영원한 동반자, 기생충'을 주제로 한 강연에서는 다양한 기생충의 종류와 기생충감염의 다양한 진단 방법과 연구 과정 및 기생충 연구의 활용 사례 및 해당 학문의 진출 분야와 관련 도서에 대한 소개가 이루어졌다.

면역학 강의를 들은 위연우학생(광영고 3학년)은 장기기증에 대한 내용이 가장 기억에 남았다고 이야기하며, 다양한 종류의 장기기증 방식과 인체조직 기능에 대하여 자세히 알게 되었고, 자신도 장기기증 희망등록을 하고 싶다는 소감을 발표하였다.

광양=김현근기자

보성 용정중, '용정가족 탄소중립 실천 대회 및 아나바다 장터' 개최



보성용정중학교는 지난 19일 '2023. 용정가족 탄소중립 실천 대회 및 아나바다 장터'를 개최하였다.

'2023. 용정 가족 탄소중립 실천대회'는 전교생을 대상으로 각 가정에서 탄소중립 실천 후

“우리 모두 꾸준히 탄소중립을 실천해요”

소 캐시를 적립 받는 형식으로 진행되었다. 가정에서 실천한 탄소중립 활동으로는 “재활용품 분리수거, 전기 아껴 쓰기, 물 아껴 쓰기, 잔반 없는 식탁 생활화, 실의 텀블러 및 대화용기 사용, 대중교통 이용, 걷기실천(걷기 앱 사용)” 등이 있었다.

'아나바다 장터'는 전교생 가족뿐만 아니라 전교직원도 함께 참여해서 더욱 뜻깊고 풍성한 행사가 되었다. 부모님께 가정통신문으로 협조를 요청하여 쓸모 있지만 더 이상 사용하지 않는 물품들을 다양하게 수합할 수 있었으며 물건을 기증한 가정에는 탄소 캐시를 지급하였다. 장터 날에 부모님과 학생들은 필요한

중고물품을 그동안 적립했던 탄소 캐시로 구입할 수 있었다.

이 밖에도 폐 건지를 전교생이 한마음 한뜻으로 모았으며 매주 수요일을 '우유곽 모으는 날'로 지정하여 동아리 나눔실천부 학생들이 우유 곱을 씻어서 건조하여 모으고 있다. 폐건 전지와 우유곽은 보성군청 사업인 「찾아가는 재활용품 교환행사」에 참여하여 종량제 봉투로 교환하여 교내에서 활용될 예정이다.

용정중학교에서는 2023학년도 탄소중립 시범 학교로 지정되어 탄소중립을 학교 안팎으로 실천하고 있다.

보성=김숙순기자

영광교육청, 일반직공무원 힐링 프로그램

영광교육지원청이 지난 22일부터 31일까지 (총 47) 전라남도마음치유건강센터에서 관내 일반직공무원 65명을 대상으로 '힐링 프로그램' 연수를 운영하고 있다.

이번 연수는 다양한 스트레스를 효과적으로 관리할 수 있는 방법을 모색하고 자신의 내면을 돌아볼 수 있는 프로그램을 통해 개인의 일과 삶의 균형 및 개인과 조직이 함께 성장할 수 있는 기회를 만들기 위해 마련했다.

영광교육지원청은 이번 연수에 직원들의 심리 치유와 스트레스 해소를 위해 한방치료, 동



백경화도 검사 등 '통합의학 치료', 경유환 만들기 등 '한방교육', '차훈명상' 다양한 체험형 프로그램을 준비하였다.

영광=서희권기자

화순제일초-굿네이버스, 찾아가는 마음건강증진 프로그램 운영

학교생활 적응 및 건강한 정서·사회적 발달 위해 마련

화순제일초등학교는 지난 17일부터 2일간 1,2학년 학생들을 대상으로 학교생활 적응과 건강한 정서·사회적 발달에 필요한 마음건강 증진 프로그램 '내 마음을 피자'를 굿네이버스 연계하여 운영했다.

그동안 코로나19로 인한 사회적 거리 두기, 제한적인 학교생활, 비대면의 일상화 등으로 많은 학생들이 생활 조절 경험 부족으로 인해 학교에서 심리적, 행동적 조절에 어려움을 겪고 있었다. 이에 따라 마음건강증진 프로그램을 통해 학생의 마음 건강 이슈 및 학교 교육

과정에 맞는 보편 예방 프로그램을 제공하여 건강한 성장 발달을 도모하고자 했다.

'내 마음을 피자' 프로그램은 수업의 흐름에 따라 피자 도우를 만드는 과정을 음악에 맞춰 움직임으로 표현하고 마음피자 만들기 활동을 통해 4가지 감정(외로움, 편안함, 활기찬, 폭발)을 표현하여 나와 친구의 감정을 인식하고 이해하며 소화댄스를 통해 경험한 감정을 조절할 수 있도록 했다. 수업에 참여한 2학년 김OO학생은 "다양한 감정을 알게 되었고, 이런 감정이 들 때 소화댄스를 추면 좋을 것 같아



요." 라고 말했다.

화순=박순철기자

서버구축 및 운영

홈페이지 제작, 인터넷신문, 쇼핑몰 제작

준솔루션

문의 : junsol@junsol.com